पावटा, वाल, वालपापडी



पावटा व वाल यांच्या अनेकविध प्रकारांचे वाण बाजारात मिळते. शेंगा सपाट, चपटय़ा, फुगीर, लुसलुशीत किंवा मांसल आणि विविधरंगी म्हणजे फिकट पांढरा, पोपटी, हिरवा, मातकट हिरवा, जांभळा, काळा अशा रंगांच्या असतात.

किचन गार्डनसाठी कुंडीत किंवा परसबागेत पावसाळय़ात पालेभाज्या आणि फळभाज्यांचे बी पेरले तर साधारणपणे दोन ते तीन-चार महिन्यांत भाज्या तयार होतात. त्यासाठी खात्रीशीर दुकानातूनच चांगल्या वाणाचे बी घ्यायला पाहिजे. बी विकत घेताना त्याची 'एक्सपायरी डेट' किती आहे हे बघून घ्या. बी आणल्यानंतर ते लगेच पेरणे शक्य नसेल तर पाकिटावर कोणत्या झाडाचे बी आहे, केव्हा आणले याची नोंद करून ते कोरडय़ा जागेत, सावलीत ठेवा.

पावटा, वाल यांचे बी पावसाळय़ात आठ दिवसांतच रुजून वरती येते. यासाठी कुंडीमध्ये बोटाच्या दोन पेरांइतके खोल दोन गोल करा. परसबागेतल्या गादी वाफ्यावर दोन-तीन ओळी बोटाने किंवा खुरप्याने आखून घ्या. दोन ओळींत दोन ते तीन इंच अंतर ठेवा. त्यावर एक इंच अंतरावर कुंडीतल्यासारखेच गोल करून घ्या. प्रत्येक गोलात दोन बिया पेरा. वरून बारीक चाललेल्या खत-मातीचा किंवा पालेखताचा पातळ थर द्या. हल्ली बियाण्यांच्या दुकानात '**डीओआरएस**' हे खत मिळते, त्याचा थर दिल्यास बिया लवकर रुजतात. पावटा, वाल यांच्या बिया रात्री पाण्यात भिजत टाकल्या तर त्या चांगल्या रुजतात. बिया पाण्यात

टाकल्यामुळे फुगतात. बियांवर कडेला एक पांढरी रेघ असते. रेघेच्या एका बाजूला थोडा फुगीर झालेला भाग असतो, त्याला 'डोळा' म्हणतात. त्यातून मूळ बाहेर येत असल्यामुळे हा 'डोळा' मातीत खालच्या बाजूला येईल अशा रीतीने बी पेरा, त्यामुळे बी रुजायला आणि मातीतून वर यायला फारशी आडकाठी येणार नाही. आठ दिवसांत बी रुजून वर येईल. बियांचे आवरण जरी तपकिरी, काळे असले तरी हिरव्या रंगाची पाने फुगीर, मांसल दले रुजून वर येतील. त्यांच्या मध्यभागातून पानांचे कोंब बाहेर येतील. अजून नवीन फूट यायला लागली की ही हिरवी दले वाळून जातील. त्यानंतर गादी वाफ्यावरची रोपे दुसरीकडे लावायची असल्यास लावता येतील. कुंडीत आलेली रोपे काढण्याची जरूर नाही. एकाच ठिकाणी दोन रोपे आली असतील तर त्यातले जोमाने वाढणारे आणि तरारलेले रोप तसेच ठेवा आणि दुसरे काढून एखाद्या मातीच्या पिशवीत किंवा कुंडीत लावा. रोपाला पानाच्या दोन ते चार जोडय़ा येण्यासाठी निदान दोन आठवडे तरी लागतात. बी पेरल्यानंतर चार ते पाच आठवडय़ांनंतर मातीत हळूहळू एकजीव होणारे थोडे खत घालावे किंवा खत पाण्यात घालून त्याची निवळी कुंडीत घाला. जास्त खत घालू नका, रोपांना इजा होऊ शकते. रोपांना आता आधाराची गरज लागते. त्यासाठी कुंडीत बांबूची काठी किंवा झाडाची बारीक फांदी रोवून ठेवा. काडी रोवताना रोपांच्या मुळांना धक्का लागणार नाही याची काळजी घ्या किंवा बिया पेरल्यानंतर थोडय़ा अंतरावर तेव्हाच काठी रोवा. बी पेरल्यानंतर तीन-साडेतीन आठवडय़ांत पानांच्या बेचक्यातून फुले येतात. पावटा, वाल यांची पाने त्रिदळी असतात. म्हणजे एका देठावर तीन पाने येतात. यांच्या बऱ्याच जाती असल्यामुळे त्यांना पांढऱ्या, जांभळय़ा किंवा गुलाबी रंगाची फुले येतात. फुले आल्यानंतर महिना-दीड महिन्यांनी शेंगा येतात. शेंगा कोवळय़ा असताना त्याला '**पावटा**' म्हणतात. त्याची भाजी करता येते. शेंगा तशाच झाडांवर वाळू दिल्या तर त्याचे '**वाल**' हे कडधान्य होते. पावटा व वाल यांच्या अनेकविध प्रकारांचे वाण बाजारात मिळते. शेंगा सपाट, चपटय़ा, फुगीर, लुसलुशीत किंवा मांसल आणि विविधरंगी म्हणजे फिकट पांढरा, पोपटी, हिरवा, मातकट हिरवा, जांभळा, काळा अशा रंगांच्या असतात. आपल्याकडे अनेक स्थानिक जाती आहेत. पावटा आणि वाल यामधल्या बहुतेक सर्व जाती वेलीसारख्या वाढतात, पण काही झुडपांसारखेही प्रकार आहेत. भाजीचे वाल किंवा गार्डन बीन आणि डाळ किंवा कडधान्यांचे प्रकार, कोकणातल्या कडव्या वालाचे प्रकार किंवा जाती थोडय़ाफार वैशिष्टय़ांनुसार वेगवेगळय़ा आहेत. गुजराती '**उंधियो**' मध्ये लागणारी सुरती पापडीही याच प्रकारात मोडते. ही झुडपासारखी वाढते आणि एका वेळेस अनेक चपटय़ा शेंगा येतात. एकदा शेंगा काढल्या की तिथेच पुन्हा पांढरी फुले येतात, त्यामुळे शेंगा बरेच दिवस येत राहतात. वालपापडी किंवा चपटी पापडी हिला फील्ड बीन असेही म्हणतात. अलीकडे काही जातींची लागवड जास्त प्रमाणात करतात. किचन गार्डनसाठी जास्तीत जास्त सात-आठ बिया लागतात. दसरा, दीपाली, कंकणभूषण, फुले गौरी हे प्रकार जास्त लोकप्रिय आहेत. यात शेंगा जांभळट, पांढरट-दुधी हिरव्या किंवा पांढरट हिरव्या असतात, तर त्यांच्या बिया दुधी रंगावर काळे ठिपके, तांबडय़ा किंवा हिरव्या रंगाच्या आहेत, पण हे सर्व प्रकार भाजीसाठी उपयुक्त आहेत. सुरती पापडीला वालवर असेही म्हणतात. याच्या शेंगा लहान, बाकदार, चपटय़ा आणि हिरव्या रंगाच्या असतात. वालपापडीच्या शेंगा थोडय़ा मोठय़ा, चपटय़ा आणि पातळ असतात, तर बिया मऊ, नाजूक असल्यामुळे याच्या शेंगांची भाजी करतात. हल्ली 'रुबी मून' ही जांभळय़ा रंगाची शेंग असलेली जातही लोकप्रिय आहे. किचन गार्डनमध्ये तुम्हाला वेगवेगळय़ा प्रकारचा पावटा आणि वाल लावायचे असतील तर ते निरनिराळय़ा कुंडय़ांतून लावा, एकाच कुंडीत लावल्यास त्यांची वाढण्याची पद्धत आणि मातीतून अन्नद्रव्य शोषून घेण्याची पद्धत सर्वसाधारणपणे सारखीच असल्यामुळे वाढीवर त्याचा परिणाम होऊ शकतो. पावटा, वाल यांच्या मुळांना '**दोरजंत**' म्हणजे '**निमॅटोड्स**' चा त्रास होऊ शकतो, पण त्यावर

कोणतेही कीडनाशक मारू नका, त्याऐवजी त्या कुंडीत झेंडूची तीन-चार रोपे लावा. त्यांच्या मुळांमधून जो द्राव बाहेर पडतो, तो दोर जंतांना मारून टाकतात.

पावटा, वाल पावसाळय़ाच्या अखेरीपर्यंत वाढतो. एका झाडापासून तुम्हाला दोन-तीनदा शेंगा मिळतात. पण त्यासाठी योग्य काळजी घ्यायला हवी. झाडावर कीड पडू नये म्हणून फुले आल्यावर किंवा अगोदर कडुलिंबाची पाने, लसूण, दालचिनी, लवंग पाण्यात उकळून, गाळून अगदी हलक्या हाताने किंवा छोटय़ा स्प्रेने झाडावर मारा. हा स्प्रे फुलांवर उडणार नाही याची काळजी घ्या, अन्यथा शेंगा येण्यास उशीर होईल. पावटा, वाल यात वीस ते पंचवीस टक्के प्रथिन (प्रोटिन्स) असतात, आयर्न (लोह) आणि मॅग्नेशियमचे प्रमाणही भरपूर आहे. त्याशिवाय संयुक्त कबरेदके (कॉम्प्लेक्स काबरेहायड्रेट्स), फॉस्फरस, झिंक आणि कॉपर असते, यात कोलेस्टेरॉलचे प्रमाण अजिबातच नसते. पाने, खोड आणि शेंगांवर एकप्रकारचे तेलकट द्रव्य असल्यामुळे त्यांना विशिष्ट प्रकारचा उग्र वास येतो. वाल किंवा बिरडं, डाळिंब्या पाण्यात भिजत टाकल्यानंतर उसळ करताना ते पाणी पुन्हा शिजवताना वापरू नका, कारण त्यात तेलकट द्रव्य थोडेफार उतरलेले असते. वालाची आमटी करताना टोमॅटो घालायचा असल्यास वाल पूर्ण शिजल्यानंतरच टोमॅटो वेगळा परतून त्यात घाला अन्यथा वाल कडक, दडस होतील.